

Wem schon bei Starbucks Bestellungen à la „Bitte einen Triple-Grande-Mokkasirup-Extra-Schlagsahne-Doppel-Espresso-Macchiato-Frapuccino“ schwindlig wird, der sei jetzt vorgewarnt. Denn das ist nichts gegen das, was sich aktuell in der Kaffeesezene von Los Angeles zusammenbraut. Kaffee bloß zum Wachmachen? Das ist was für Basic Bitches, also für Frauen, die alles lieben, was der Mainstream liebt. Kaffee in L.A. muss heute multifunktional sein. Eine Art Wundertrank für Körper, Geist und Seele, der optimale Gesundheit, ewige Jugend, Ausgeglichenheit sowie geistige Klarheit fördert – und (logo!) die sexuelle Leistungsfähigkeit steigert.

VON ARIANE SOMMER
AUS LOS ANGELES

Zaubertrank Kaffee – wie funktioniert das? Zum Beispiel durch das Kombinieren mit Pilzen. Natürlich nicht mit schnöden Champignons, sondern mit Superpilzen wie die aus der Reishi-Gattung. In der traditionellen chinesischen Medizin seit Jahrtausenden bewährt und als „Pilz der Unsterblichkeit“ verehrt, findet Reishi nun Einzug in die Kaffeetassen der „Angelenos“.

So auch bei „Dragon Herbs“ auf dem Robertson Boulevard. In dem angesagten Heilkräuterladen kaufen Stars wie Ruby Rose und Sharon Stone ihre „Tonic Herbs“ – Kräuter, die von der Wirkung her noch potenter und komplexer sind als Superfoods und die ganzheitlich die Gesundheit fördern sollen. Im Anschluss setzen sie sich an die hauseigene „Tonic Elixir Bar“, um mit Pilzextrakten versetzten Reishi-Mokka zu trinken.

Was das bringen soll außer acht Dollar weniger im Portemonnaie und einen leichten, durchaus nicht unangenehmen Nachgeschmack von Kompost auf der Zunge? Reishi enthält über 800 biologisch aktive Substanzen. Darunter solche, die immunfördernd und zellverjüngend wirken sollen. Die Nachfrage nach dem mit Pilz gepimptem Kaffee ist so groß, dass Dragon-Herbs-Besitzer Ron Teegarden vor Kurzem einen zusätzlichen Tresen installieren ließ.

Falls es einen beim Gedanken an die Pilz-Kaffee-Brühe schüttelt, probiert man im Zuge der Selbstoptimierung via Koffein vielleicht lieber Butterkaffee. Und der geht so: Ein doppelter Espresso aus Biobohnen wird mit reichlich Weibutter und nativem Kokosöl aufgemixt (Veganer können die tierische Butter durch Kakaobutter ersetzen).

Zucker und Milch sind allerdings streng verboten. Die Kreation nennt sich „Bulletproof Coffee“, schmeckt sehr cremig, und Fans schwören, dass sie durch den Genuss quasi kugelsicher durch den Alltag gehen: hoch konzentriert, hellwach und langfristig satt.

Außerdem soll der Butterkaffee ja schnell schlank machen. Durch die er-

höhte Aufnahme von hochwertigen Fetten werden die im Blut zirkulierenden Ketone erhöht. Diese Energiemoleküle sind Brennstoff fürs Gehirn und kurbeln zusätzlich die körpereigene Fettverbrennung an.

Erfinder des „Bulletproof Coffee“ ist Silicon-Valley-Investor und Bestsellerautor Dave Asprey. Zu der koffeinierten Kalorienbombe inspiriert wurde er während einer Selbstfindungsphase auf einer Reise durch Tibet.

„Der Höhenlage wegen fühlte ich mich mies, dann probierte ich Yakbuttertee.“ Danach, so Asprey, fühlte er sich geistig und körperlich dermaßen gestärkt, dass er das Konzept für den US-Markt anpasste. „Ein fettes Gehirn ist ein schlaues Gehirn“ ist einer von Aspreys Lieblingsprüchen. Der Fettkaffee ist auf jeden Fall eins: ein fettes Geschäft.

Unter der Bulletproof-Marke verkauft Asprey Kaffee, Öle, Energieriegel und Nahrungsergänzungsmittel. Unlängst eröffnete der erste Bulletproof-Coffee-Shop in Santa Monica, weitere sollen folgen.

Anstatt Kaffeekapitalismus gibt es in Venice im „Cafe Gratitude“ Erleuchtung in der Tasse. Der von Wellnessblogs und Yogis gehegte „Ayurvedic Latte“ enthält unter anderem Shilajit, auch Steinschweiß genannt. Die teerartige Substanz wird im Himalaja geerntet, wo sie aus Gebirgsritzen quillt.

In Sanskrit bedeutet Shilajit „Eroberer der Gebirge und Zerstörer von Schwäche“. Dem Mineralwachs, das ein fester Bestandteil der ayurvedischen Medizin ist, wird seines kompakten Wirkstoffkomplexes aus pflanzlichen



Welchen Kaffee man trinkt, ist ein Statement: unsere Autorin beim Test

Kriegsveteranen mit Posttraumatischer Belastungsstörung mit CBD behandelt. Insofern sicher perfekt für Hollywoods Helikoptermütter und gestresste Stars.

Wem das alles zu viel gesundes Superkrautgedöns ist: Wie wär's, mit Weinkaffee anzustoßen? Die Kaffeebohnen von Molinari Private Reserve, produziert in Kaliforniens Napa Valley, „relaxen in einem wunderbaren kalifornischen Wein und absorbieren dadurch die Nase und Geschichte des Weins“. Danach werden die Bohnen getrocknet und in kleinen Mengen handgeröstet. 20 Dollar kostet ein halbes Pfund und soll angeblich, Achtung, hier wird's wie-

”
KAFFEE IST EIN
VERSTÄRKER.
ER TREIBT DIE
WIRKSTOFFE TIEF
IN DEN KÖRPER

SAGE DAMMERS, Gründer

der gesund, knallvoll mit Antioxidantien sein. Weinkaffee schmeckt nach Blaubeere, blau wird man davon, leider, allerdings nicht.

Der King Kong der funktionalen Superfood-Kaffees ist allerdings der in L.A. sagenumwobene „18K“. Wobei das K im englischen Sprachraum stellvertretend für tausend steht, angelehnt an das griechische Wort für Kilo. Das Getränk heißt so, weil der tägliche Genuss bei 50 Dollar pro Tasse sich im Jahr auf 18.250 Dollar belaufen würde. Der Grund für den hohen Preis, so erklären Anna Blanca Teley und Sage Dammers, die Gründer des holistischen Kulturunternehmens Addictive Wellness: Der 18K ist angereichert mit 19 exotischen und sehr kostspieligen Superkräutern wie He Shou Wu, Chaga, Cistanche, Eucommia und Mucuna.

Der Gedanke liegt nahe, dass man, superdies hin, superdies her, nicht mehr alle Tassen im Schrank haben kann, wenn man willens ist, für ein Kännchen 50 Dollar zu bezahlen. Das kümmert Wellnessfans allerdings wenig. Die preisen den 18K euphorisch als Wundertrank, quasi als Vehikel der menschlichen Evolution. Vom Homo sapiens zum Homo coffea, kein Schnäppchen, aber es schmeckt. Fast wie bei Eduscho. Getrunken wird der 18K derzeit auf Wellness-Influencer-Events und Konferenzen. „Kaffee ist ein Verstärker für die Kräuter, er potenziert ihre Wirkung und treibt die Wirkstoffe tief in den Körper“, erklärt Dammers. Welchen Kaffee man hier trinkt, ist Selbstoptimierung und Statement zugleich.

Hollywood aus dem Becher

Von wegen Americano, Frapuccino oder Lattesontwas: In Los Angeles trinkt man jetzt Kaffee, der die Potenz steigert. Oder ein bisschen high macht

und mineralischen Substanzen eine stärkende Wirkung auf den Körper und vor allem auch auf den Geist nachsagt. In Russland als Mumijo bekannt, wurde Shilajit in der ehemaligen Sowjetunion als Energiespender für Hochleistungssportler, Soldaten und Astronauten verwendet. Je nach Herkunft und Qualität kann Shilajit pro Gramm so teuer wie Kaviar sein. Im „Gratitude“ kostet der kosmische Kaffee zum Glück nur sechs Dollar.

Wenn Erleuchtung einen nicht im geringsten schert, kann man bei Moon Juice Kaffee für die Steigerung der Potenz bestellen. „Sex Dust Latte“ ist der klangschöne Name des Heißgetränks, das die Libido ankurbeln soll. Der „Sex Staub“ besteht unter anderem aus Maca- und Epimediumpulver, auch Horny Goat Weed (Brünstige-Ziege-Kraut) genannt. Maca, schon von den südamerikanischen Inka geschätzt, und Epimedium fördern laut Studien die Durchblutung und wirken ausgleichend auf den

Hormonhaushalt. Inzwischen verkauft Moon Juice den „Sex Dust“ auch in der Dose, damit sich jeder den Koituskaffee bequem zu Hause anrühren kann. Obnehin ist aus Superfood-Zusätzen für Kaffee ein Boombusiness geworden, von dem inzwischen auch Stars wie Surferlegende Laird Hamilton profitieren, der unter seinem Namen Superfood-Kaffeeweiß verkauft.

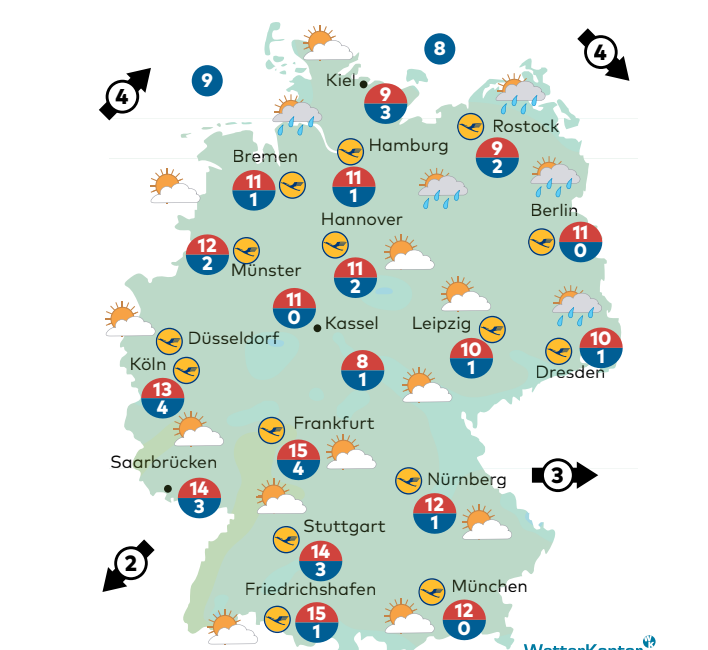
Kaffee wird im Übrigen nicht mehr bloß getrunken. Im „Erewhon“, dem Biosupermarkt mit Hippieflair auf dem Beverly Boulevard, kann man ihn auch essen. Und zwar in Form von 20-Dollar-Superfood-Eiscreme.

Was aussieht wie eine Explosion im Gewürzregal, schmeckt wie Nachtisch und versetzt nach etwa zwanzig Minuten in einen hochaktiven Zustand. Zur Beruhigung gibt's im Anschluss einen Shot Cannabiskaffee. Das mit CBD angereicherte Getränk soll beruhigend auf die Nerven und entzündungshemmend wirken. CBD oder Cannabidiol wird aus Hanf gewonnen, macht im Gegensatz zu dem Wirkstoff THC aber nicht high.

In Israel, das in der medizinischen Cannabisforschung seit Jahrzehnten führend ist, werden unter anderem



Macht mehr als nur wach: Superfood-Kaffee-Eiscreme im Erewhon



DEUTSCHLAND HEUTE
Oft freundlich, nur wenige Schauer

Heute: Zum Start ins Wochenende scheint teilweise die Sonne, teilweise ziehen größere Wolken vorüber. Stellenweise stört Frühnebel. Im Tagesverlauf entwickeln sich im Nordosten, Osten und über Ostbayern noch einzelne Regen- oder Graupelschauer. Im Nordosten besteht eine erhöhte Gewitterneigung. Die Temperaturen erreichen Werte von 5 bis 16 Grad. Es weht ein schwacher bis mäßiger Wind.

Biowetter: Zunächst müssen sich Asthmatiker und Personen mit chronischer Bronchitis heute auf Atemprobleme einstellen. Auch Herzpatienten sollten ungewohnte körperliche Anstrengungen vermeiden. Wetterföhle leiden anfangs unter Kopfschmerzen.

VORHERSAGE			
	Sonntag	Montag	Dienstag
Norden	6 15	6 16	7 15
Mitte	6 18	4 14	6 14
Süden	5 16	3 14	5 13

SONNE & MOND	
Sonne	05:58 20:41
Mond	08:26 ---

ANZEIGE

A STAR ALLIANCE MEMBER

Wie beginnt der Flug vor der Haustür?

Direkt los – vom und zum Flieger: Der Lufthansa Express Chauffeur macht es möglich und kümmert sich auch noch um Ihren Check-in und Ihr Gepäck.

Mehr als nur ein guter Flug

Nonstop you

LH.com

Lufthansa

TEMPERATURREKORDE
Hamburg Maximum 25,5° (1913), Minimum -4,0° (1976)
Berlin Maximum 27,3° (2000), Minimum -1,3° (1976)
Frankfurt Maximum 28,3° (1955), Minimum -2,9° (1976)
München Maximum 25,2° (2010), Minimum -3,3° (2016)

WELTWETTER HEUTE

Antalya 28° heiter	Innsbruck 13° wolkig	Manila 36° Schauer
Bali 29° wolkig	Jerusalem 23° sonnig	Mombasa 25° Regen
Buenos Aires 26° sonnig	Kairo 33° heiter	Neu Delhi 42° Schauer
Djerba 22° wolkig	Kapstadt 35° sonnig	Rio de Janeiro 23° st. bew.
Honolulu 27° wolkig	Mailand 17° heiter	Sydney 21° sonnig

Online-Wetter: welt.de/wetter

Umfangreiche und aktuelle mobile Wetterinformationen unter mobile.wetter.de

Immer wissen, wie das Wetter wird!